

Liste des 14 allergènes principaux par recette - LEZIGNAN ZONE 1

	Repas / Plat														
	Lundi 22 Septembre - Déjeuner														
	Carottes Bio râpées														
	Rougail saucisses														
	Riz Bio pilaf														
	Gouda Bio	X													
	Compote pommes fraises cassis Bio														
	Pain		X												
	Mardi 23 Septembre - Déjeuner														
	Penne bio au pistou	X	X	X											
	Poisson du jour				X										
	Poêlée de légumes Bio	X													
	Croûte noire	X													
	Corbeille de fruits locaux														
	Pain		X												
	Mercredi 24 Septembre - Déjeuner														
	Salade verte, œuf dur & croûtons	X	X	X											
	Filet de poulet sauce moutarde de Reims	X	X			X							X		
	Gratin de courgettes Bio	X	X												
	Coulommiers	X													
	Donuts	X	X								X				
	Pain		X												
	Mercredi 24 Septembre - Gouter														
	Yaourt aromatisé	X													
	Pain et chocolat noir		X								X				
	Pêche jaune														
	Jeudi 25 Septembre - Déjeuner														
	Tarte 3 fromages	X	X	X											
	Frittata épinards brebis	X		X											
	Yaourt nature sucré	X													

															
	Repas / Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Céleri	Soja	Arachides	Mustarde	Sésame	Lupin
	Corbeille de fruits locaux														
	Pain		X												
	Vendredi 26 Septembre - Déjeuner														
	Concombre à la crème Bio	X													
	Tomate farcie sauce tomate		X								X				
	Purée de carottes et pommes de terre Bio	X													
	St Môret Bio	X													
	Crème dessert vanille	X													
	Pain		X												